

令和3年度 練馬区食育推進ネットワーク会議(第8期)第1回会議要録

1 開催日時

令和3年6月21日(月)午後2時30分～4時

2 開催場所

練馬区立区民・産業プラザ 研修室2

3 出席者

委員長 健康部長

副委員長 健康部健康推進課長

委員 開田委員、加藤委員、小林委員、小松委員、檀上委員、堀委員
金野委員、戸田委員、岡野委員、足立委員、頓所委員
高野委員、北村委員

幹事 大泉保健相談所長、都市農業課農業振興係長、
清掃リサイクル課清掃事業係長、保健給食課学校給食係長、
保育科保育所給食係主査、生活衛生課食品衛生担当係長、
健康推進課歯科保健担当係長

事務局職員 健康推進課栄養食育係2名、豊玉保健相談所栄養担当係、
石神井保健相談所栄養担当係長、北保健相談所栄養担当係長

欠席委員 秋本委員

4 公開の可否 公開

5 傍聴者数 0名

6 配付資料

資料1-1 練馬区食育推進ネットワーク会議(第8期)委員名簿

資料1-2 練馬区食育推進ネットワーク会議(第8期)幹事名簿

資料2-1 練馬区食育推進ネットワーク会議(1期～7期)の活動内容

資料2-2 「若い世代」への食育の取組について

資料2-3 ねりまの食育応援店事業について

資料2-4 ねりまの食育応援店登録店舗一覧

資料3 練馬区食育推進ネットワーク会議(第8期)活動について(案)

資料4 練馬区食育推進ネットワーク会議第8期1年目 スケジュール案

7 会議要録

(1) 開会

(委員長) それでは令和3年度第一回食育推進ネットワーク会議を開催致します。健康部長が委員長を務めさせていただきます。この会議につきましては練馬区の附属機関等の会議の公開および区民公募に関する指針によりまして、会議は原則公開としております。また傍聴も可能です。また会議録は要点記録として公開をしま

す。また、会議記録中の表記について、発言者名は特定せずに委員長、委員と表記をさせていただきます。

それでは、次第1の委嘱式を開会させていただきます。恐縮ですが、委嘱状は机上配布により代えさせていただきます。委嘱の期間につきましては、本日から令和5年の3月31日まで、概ね2年間になっておりますのでどうぞよろしくお願いたします。以上で委嘱式とさせていただきます。

続きます次第2、委員長の挨拶です。

皆様この委員を引き受けていただきまして誠にありがとうございます。この会議は練馬区の進める食育の推進に、区民や事業者の皆様のご意見を反映させるとともに、相互に連携して具体的な取り組みを進めるために、平成19年に設置されました。すでに十数年経っておりまして、これまで皆様から頂いたアイデアを検討し、ねりまの食育応援店や、ちゃんごはんプロジェクトといったような事業や冊子など、様々な形となって今も引き継いでおります。区政全般にも言えることですが、少子高齢化が進み生活スタイルが様々に変化しており、区民の皆様のごニーズが非常に複雑多様化しております。そういったニーズを満たすには、区役所だけで対応したのでは限界がありまして、こうやって皆様と一緒に手を携え、いわゆる協働という形で進めていく必要があります、この会議を設置しております。皆様と一緒に食育の推進を、手を取り合いながら進めていければと思っております。ただ、昨年度よりコロナの関係で、なかなか具体的な取り組みが進められない状況もありました。ただ今ワクチン接種が進んでおりまして、年度後半には少しずつ前のような活動ができるようになる日も遠くない、と思っております。皆様と一緒に具体的な取り組みを進めていきたいと思っております。

練馬区は、農業が特徴で、大都市東京、都心のすぐそばにありながら生きた農業が営まれているという珍しい街でもあります。そういった特徴を最大限に食育の取り組みにも生かしていくことで、練馬の農業を守ったり育てたりすることに繋がっていければと思っております。

最後にこの会の運営ですが、昨年前期はコロナ禍の状況の中で取り組みが出来なかったということもあり、区からの報告を聞いていただくような場面ばかりが多くて、闊達な議論というのに程遠いと反省しているところであります。今後は議題の提供の仕方や進行の形も工夫していきたいと思っております。これだけのメンバーで集まっていますし、実のある会議になるよう工夫していきたいと思っておりますし、皆様にもご遠慮なさらずに思ったことは、事務局の人が困るくらいに意見をいただけたらなと思っております。どうぞよろしくお願いたします。

それでは次第の3、委員幹事等のご紹介をさせていただきます。資料の1-1のとおり、お名前呼ばさせていただきますので、ご挨拶をください。

- (委員) こんにちは。初めまして。私は区の食育ボランティアとして、児童館などをまわって子どもたちと一緒に活動をしたり、栄養士として特養で働いています。そういった関係で食に関して、小さなお子さまからお年寄りまで幅広い範囲で、どうしたら楽しんで食べていただけるかななどを常々考えている一般主婦です。どれくらい皆さんのお力にお役に立てるかわかりませんが、2年間よろしく願いいたします。
- (委員) 初めまして。私は大学で食物学を専攻し、将来は食品メーカーに就職したいと考えていて、その中でも食育に力を入れているメーカーに興味があります。今回この委員となり、食育に関して学ばせていただきたいなと思っています。よろしく願いいたします。
- (委員) 5年余分に働いてから退職をして4、5年過ぎました。自分が高齢者になってきた今、周りの人の食事のことも含め、健康に過ごすためにどうしたらいいのか、ということと一緒に考えたり自分のものにしたりしながら、お役に立てることがあればやっていきたいと思っております。どうぞよろしく願いいたします。
- (委員) 初めまして。大学の食物学科で管理栄養士を専攻しているので、将来、管理栄養士の資格を取るために食品のことや栄養学について学んでいます。2年生の授業で、公衆栄養学で食育に関していろいろと学んで興味を持ち、こちらの委員に応募させていただきました。皆さんのお力になれるようがんばります。よろしく願いいたします。
- (委員) 皆さんのように食に関することは何もないただの主婦なのですが、練馬区が好きで、何度転勤しても練馬に帰って来るっていう生活をしています。ですので、区民として、何か主婦の立場としてお役に立てるかと思えます。よろしく願いいたします。
- (委員) 大学で食物学科に通っています。前期から引き続き参加させていただいているのですが、前期からの会議を生かせるような発言をしていきたいと思っています。よろしく願いいたします。
- (委員) 初めまして。私はこれまでちゃんとごはんの事業にボランティアとして一緒に参加していた関係でお声がけいただいたと思うのですが、団体としては、今、旭町、光が丘の近くにありますNPO法人楽膳倶楽部のママ部で、ボランティアとして活動しております。楽膳倶楽部は、20年以上旭町地区で地域に根差した活動をしていまして、もともとシニアの方々を中心に配膳事業ですとか男性料理教室なんかをしていました。そこで2年前から、旭町には子育て世帯のママ達がたくさんいて、そのママ達を集めて私たちが2年前にママを立ち上げました。日ごろ自分達自身の食事や料理法を見直すということで一緒に調理をしたり、お弁当を作ったりしています。あとは最近始めたことですが、生ごみの再生、コンポストというのを取り組みを始めました。そういった形で活動しており

まして、こういった機会をいただきましたので、何かお力になればと思います。皆様どうぞよろしくお願いいいたします。

(委員) 南大泉にあります保育園の園長をしております。保育園の代表ということで参加をさせていただいています。食育に関する活動を特に専門的にしているというわけではないですが、保育園ですので給食を常に子ども達に提供しておりますし、自園では食材も仕入れや品質に自分なりにこだわって、食に関心をもって取り組んでいるところでございます。また園に通う保護者も、比較的若い世代のお父さんお母さんが子ども達に食べさせていくということは、生きていく基本だと思っておりますので、皆様と議論し、お力になればと思っております。どうぞよろしくお願いいいたします。

(委員) 東京あおば農業協同組合です。昨年から参加をさせていただいております。農協ということなので、食に関することを扱ってはいるのですが、昨年いろんなイベントが出来ず、新しく子ども食堂の方などに協力をお願いしながら食育を進めています。2年間お世話になりますので、皆さんと協力しながら進めていければと思っております。お願いします。

(委員) 弊社は、鯉節を飲食店様に卸しております。私の代になり学校給食や保育園などの給食でも卸させていただくようになりました。それで保育園では、昨年度コロナ禍でできませんでしたが、園児に食育の授業を何園かにさせていただいております。今年度は小学校から依頼がありまして、食育の授業をさせていただこうと計画をしているところです。食育を実施している関係で、今回ネットワーク委員に応募させていただきました。何か皆様のお役に立てればと思っておりますのでよろしくお願いいいたします。

(委員) 桜台でイタリアンレストランを経営しています。石神井の方で20年くらい続いたお店を2年前に桜台に移転させ営業しています。イタリアで食育を見てきたので、日本でもイタリアで見てきた食に対する大人と子どものつながりだったり、レストランと地域のつながりだったり、見てきたものを皆様にも共有できたらなと思っています。よろしくお願いします。

(委員) 練馬東小学校長です。よろしくお願いします。昨年着任いたしまして、2年目の参加となります。学校現場では今、調理実習などができない状況が続いておりまして、なかなか食育を推進する機会が持てていないのはとても残念なのですが、ここでのお話を学校現場で発揮していきたいと思っております。よろしくお願いします。

(委員) 三原台中学校長です。中学校の教育委員部会の食育を担当しております。学校では学校給食を中心に食育を通して子ども達の正しい食習慣を育てることを目指しています。コロナで無言での給食になり、食育には良い状況ではないのですが、子ども達にこちらで学ばせていただいたことを還元できるような取り組み

をして参りたいと思います。よろしく申し上げます。

(委員長) ありがとうございます。では幹事の紹介は資料1-2のとおりです。

引き続き、次第4の案件です。まず1)の練馬区食育ネットワーク会議のこれまで1期から7期までの活動のご紹介等について資料2-1から2-4まで説明をお願いいたします。

(事務局) 資料2-1、2-2、2-3、2-4の説明

(委員長) 資料2-4まで説明をしてもらいました。何かご質問ご意見はございますか。無ければ次の案件、第8期の活動案について事務局から説明してください。

(事務局) 資料3の説明

(委員長) 第8期の活動については、今まで部会はふたつ分けていたけど部会は一つで、テーマについては右下にある、二つのテーマを中心に活動検討をしていきたいというような内容を提案してもらいました。何かご意見やご質問がありますか。今後の活動に関する事なので、皆様から順番にご意見いただきたいと思えます。

(委員) 若い世代だと、中高生世代までに関する食育だったら今までやっていたのですが。ボランティアの中でもお話をさせていただいたのですが、暑い中とか寒い中で料理するのは、主婦でも辛い時があって、電子レンジで簡単に作れるレシピ集とかあるとよいなど。例えば耐熱容器に全部調理のセットをして入れる、何分加熱すれば子どもでもお年寄りでも安全に料理が作れるのではないかと考えています。家では私が全部やってしまうので、何もできない状態の子どもが3人育っているのですが、母がいなくても料理が出来るように、なって欲しいとは思っています。ですが、いきなり包丁使うのではなく、キャベツをちぎってみるところから始めて徐々に進めていく。若い世代の方は料理をしない子もいるので、そういった初歩的なものから進めていく活動もありかなと思ったりします。

(委員長) ありがとうございます。若い世代だけでなく、小・中学校の世代から料理を経験させるということですか。

(委員) そうですね。料理を身近に感じさせること。包丁や火が怖いとかっていう事もあると思うので、そこを慣らすために何かあるとよいと。

(委員長) そうですね。今のことに関して、何か事務局の方でありますか。

(事務局) 小中学生については、今まで「ちゃんとごはん」の活動を進めさせていただいております。今年度はまだ「オンラインちゃんとごはん」という形で進めさせていただきたいと思っております。その中で、手でちぎって包丁を使わなくても味噌汁作れると言ったお話はしていきたいなと思っているところです。「ちゃんとごはん」の活動は、中学生にも状況によっては対面で、このままの状態であればオンラインでということをもう少し数を入れていければなという形で今検討を進めているところです。「ちゃんとごはん」事業をさらに充実させていけれ

ばと思っております。

(委員長) まあ若い世代という時20代30代という話ありましたが、小中学生をターゲットにした事業は区でもやっているし、中学校では、献立作りみたいなことをやっていたりしている事業があったりする中で、いろいろ事業展開を考えていければなと思います。またご提案をいただければと思います。ありがとうございます。

(委員) 感想になってしまいますが、SNSを活用するというのがすごくいいなと思いました。私の周りでもInstagram使っている人が多いので、なんか華やかなレシピとかがあったらみんな興味を持って作ったりするのではと思いました。

(委員長) ありがとうございます。区役所がやることですので、センスがどうかということがありますから、そういうところは皆さん実際に見て欲しいターゲットの人たちからご意見くださればと思いますので、ご相談させていただけたらなと思います。

(委員) 私も感想ですが、若い世代の人たちに聞きたいなと思っています。私も「ちゃんごはん」に関わらせていただいて、農業祭に大学生が来てくださって、一緒に豆掴みゲームや栄養の話をしたりなどあったのですが、すごく遅いになって思いました、一生懸命勉強している様子も見えました。そういう意味では、若い人たちに期待するところが大きいです。よろしくお願いします。

(委員) 私もSNSとかInstagramをうまく活用するという案がとてもいいなと思いました。レシピの掲載だけでも魅力的になると思うのですが、今、結構痩せの傾向とかもある中で、SNS上での健康情報などが原因になっていることも多くあると思います。みんな痩せたい意識で見ている記事がたくさん出てくることが多いと思うので、正しい健康情報とかも一緒にInstagramとかに載せられたら、よりみんなの興味関心をひけると思いました。

(委員長) ありがとうございます。そういうことも考えに入れてやっていければですね。

(委員) 私の子どもが大学生の女子で、一人暮らしをしています。こちらに簡単に帰ってくることも出来ないのも、食事に関してはすごく困っているそうです。冷蔵庫も小さいですし、一つの野菜をたくさん種類を買うということが難しい。その中でどれだけレシピを増やしていくかということも難しいとよく相談があります。それと一人暮らしで、コロナで、学校もないという状態だと女子同士で集まって食事会っていうのをよくするそうです。ですので、女子会で使えるレシピの提供とかできるとヒットするのではないかと思います。女子会で自炊すると、野菜の数も増えるし、お金もかからないからといった感じの話をよく聞きます。うちの子の現状ですが。

(委員長) 現状をありがとうございます。

- (委員) 一人暮らしで自炊ができない人は、夏は特に食材が余って傷んで逆にお金がかかるから自炊しないという人が多いと思うので、Instagramでレシピを発信していただくだけではなく、一つの食材を余らせないで作るレシピや、あとは農林水産省で主食、主菜、副菜を一日2回と推奨しているのであれば、それが出来るように、少ない種類の食材で組み合わせられるようなものをInstagramなどでも発信していけば、真似するような人も増えるのかなと思いました。
- (委員長) わかりました。大学生のお嬢さんの話とちょっと似たような感じですね。ありがとうございます。
- (委員) 皆さんの意見聞きながら、まさに働くママとしては、一つの食材で余らせないとか、少量の食材でとか、電子レンジで時短とか、本当にヒットするワードだなと思って聞いていました。今回初めて会議に参加させていただいて、いきなりのボリューム感にびっくりしているところですが、この活動の案を出して下さっていますが、課題としている一日に2回以上主食・主菜・副菜がそろった食事を食べる人をもっと増やしたいという意味で、20代30代に向けてのアプローチをとる事ですね。皆さんと同じ意見ですが、確かにインスタの活用というのは、私たちも地域団体の活動で宣伝でもSNSを駆使していて、全く知らない方でも「インスタ見ました」と情報を得て来てくれるという事が多いので、まさにインスタを発信していくのはすごくいいなと感じました。今日まだ初回なので、具体的にまた今後参加する中で意見を出せたらなと思います。
- (委員長) はい、ありがとうございます。
- (委員) 毎回思うのですが、食育は方向性がいろいろなのですごく難しいと思うのですが、私自分がいつも思うことは、若いうちからちゃんと美味しいものを食べる、という体験を積み重ねないと、食に関する興味や感覚って育たないのではないかと思います。簡単な食事やインスタントでもいいとか、いろいろな考え方がありますし、それは悪いことではないとは思いますが、例えばだし入り味噌を買えば簡単に味噌汁ができるのがわかっているけど、だしの美味しさを知っていれば、だし入りではないものを選ぶのではと思うのです。でも今は、家族の食事ファミレスやコンビニのお弁当だったり、作る料理も手軽なインスタントのものや出来合いのソースを使ったりとか。このことは、長い目で見ると食育から反している気がしてしょうがないです。以前もお話し、飲食店の方からは無理と言われましたが、大学生は特にお金がないけれど、美味しいものは食べたいと思うので、安い居酒屋やファミレスなどで食べるのではなく、地元のこだわっている飲食店で比較的安価で美味しいものを食べられるという場を作ってあげた方がいいと思っています。でも千円ぐらいでそういうことが出来るかっていうと、なかなか出来ないとは思いますが、そこにねりまの食育応援店の活用ができないかと。私も親しくさせていただいているお店は、仕入れ先から食材や調理法にこだわ

って本当に美味しものが出されている。でも、若い世代はお金がないから行かないのですよね、基本的に。そこで、行政から割引チケットなどを配るとか、そのお店に補助を出して、比較的安価に若い世代に提供し、それをお店に補填してあげるとか。実際にちゃんと美味しいものを食べる体験を増やしてあげる方向性も大事にした方がいいなと思っています。以上です。

(委員長) ありがとうございます。「ちゃんとごはん」事業も根底に、ちゃんとしたものを作って食べるっていうところがある。もちろんお店でプロの美味しい味を食べるっていうのは大事だと思います。応援店の料理を若い人に廉価で提供するっていうのはなかなか難しいところもあると思いますが、ただおっしゃることは本当にもっともだと思います。そういう視点を忘れずに何かしら考えていく必要があると前から思っています。ありがとうございます。

(委員) 今回の補助のお話を伺っていて思ったのですが、ちょうど子どもを出産して「子育て応援券」を練馬区からいただきました。この券を使って、ヨガとか産後の母乳のケアとかそういったものに使えるのですが、板橋区は飲食店でも使えるようなのです。でも、練馬区は飲食店では使えない。ですので、行政の補助と言うのだったら「子育て応援券」が飲食店で使えるといいなと思いました。

(委員長) ありがとうございます。

(委員) 話がずれちゃうかもしれないですが、私、社会人2年目の姪がおりまして、一年ぶりくらいに会ったのですが、激やせをしていました。見た目はちょっと美人になったなという印象はするのですが、痩せた理由ってというのは仕事が忙しい、毎日お弁当は持って行っても、夜11時ごろまで何も食べずに帰ってくるという生活をしているそうなのです。ただ本人はそれがつらいとかではなく、痩せようと思ってやっている。母親が持たせてくれるお弁当をわざと食べない。炭水化物を取らないことが正義だと思っていて、食べる時にも量を出来るだけ少なくするっていうことが美だと思っているらしいです。その話を聞いて、食物繊維どうしてるの？と言ったら、こんにやくゼリー食べています。ビタミンは？ゼリー飲料で。年齢特有の自分も通ってきた道でもあるので理解はできるのですが、やはり健康よりもきれいだとか見た目を取ってしまうのが、20代から30代なのかなと思います。その辺の気持ちも汲みながら、少しでも栄養のバランスの取れたものを食べる手助けがなにかできないかなとは思っております。

(委員長) ありがとうございます。そうですね。まさにその辺が若い世代の課題と言われているところなので、何かしらアプローチをしていく必要があると思います。

(委員) インスタグラムってというのは、流行でいいと思います。1日2回以上、主食・主菜・副菜とありますが、若い女性にビーガンが流行っていると聞いて、そうすると肉、魚、卵を取らないですよね。やはり栄養の話とか、正しい健康情報ともあわせて載せていくことも必要だと思います。後は、先ほど保育園長先生の話も

ありましたが、やはり幼少期から食事に対して興味がないと、大人になっても興味はない。興味がない方に興味を持たせるのは並大抵の努力が必要だと思えます。インスタグラムで情報を発信しているだけでなく、同時進行で若い世代より下の世代にもターゲットをしぼって考えなくてはいけないと思えます。

(委員長) ありがとうございます。若い世代だけでなく、下の世代も重要だっていうご意見を先ほどもいただきましたね。

(委員) インスタグラムは情報発信のツールとしては必須なのかなと思えます。ただ、インスタは画像でしかないの、若い世代が興味を持つのだったら YouTube の方が圧倒的に効果があると思えます。若い世代が支持をつけるのは、Twitter や YouTube を駆使しているという事があると思えます。食育ってちょっと小難しいんですよね。うちも子どもが4人いて、食育はわかっているのだけど、実際それを毎日実践できているかというとはぼできない。子どもたちには映像を通して食の楽しさ、例えば野菜の収穫や切り方などを楽しく発信出来れば、各家庭で食に対する興味がレベルアップするのではないかなと思えます。インスタだけではかなり時間がかかるかと、見ていてパーッとスクロールして、ただ単に読みもしないでいいね！押している人が圧倒的に多い。YouTube ってそれに対して批判や賛成のコメントも来ますし、イベントやりますって言った時に人はやっぱり集まりやすい。画面の中に映っている人に対してファンが付きやすいです。人を集めるツールとしては YouTube がいいと思えます。そういう事も視野に入れていったらいいんじゃないかなという。保育園からも色々なレシピをもらって実践もするのですが、家庭じゃそれはできなかつたりする。映像の中で飲食店って農家さんとかこういう繋がりがあって、料理を作っているのだよっていうのも、わかりやすく伝えられたらなと思っています。

(委員長) ありがとうございます。情報発信の仕方は工夫をしなきゃいけないと思えます。YouTube まで一気に出来るかどうかというのはありますが、効果的だとアドバイスをいただいたので、いろいろ検討を進めたいなと思えます。ありがとうございます。

(委員) 若い世代と聞いて、小学校は年齢層低いかと思ったのですが、実は保護者は20代~30代だって結構いらっしゃるはずなのですよ。そう考えると割と一人暮らしの方とイメージしてお話を聞いてたんですが、保護者だと子どもに直結する、やはり親の世代への食育もすごく大事ななと思えます。子どもはその環境で育っていくので、そういう意味でも親の世代の啓発ってすごく大事なななな思えます。私たちは給食という本当に恵まれた環境の中で生活できますけれど、夏休みには一気に食習慣が変わるので、そういったところも踏まえてぜひ親世代の食育をしていただけるとありがたいと思えます。

(委員長) ありがとうございます。

(委員) インスタグラムっていうとすぐ中学校の生活指導になってしまうのですが、中学生や小学生も含めた啓発ができるのかなと思います。最近コンビニやコインランドリーなどに食材が届くサービスがありますが、そこでインスタをみたらすぐに試せる、大学生なんかはすぐに作って食べることができるので食に対する興味が広がっていくのかなと思います。中学校では、毎年夏休みの課題として、自分で作る朝ごはんレシピの作成を全中学校で取り組んでいる。入賞者のレシピは区役所のアトリウムで展示しており、昨年は「簡単、朝できる、時短」をテーマにした。そこでも何かの機会に大学生と一緒に交流が図れるとありがたい。中学校では、コロナの関係で、公共交通機関を使用した活動ができていない。そこで、歩いて行ける範囲での活動をし、改めて練馬区を巡ってみたりしています。そこで、農家や応援店などとコラボした形でスタンプラリーなどもできると、郊外学習につながるのではと思いました。

(委員長) いろいろなアイデアをありがとうございます。何かその中で一つでも具体的に取組めればと思います。

皆様からご意見いただきまして、第8期の活動の案としては(1)若い世代に直接アプローチをするための具体的な取組の検討、実施では、若い世代だけでなく、その前の世代への取組も必要だというご意見をいただきましたので、その視点を加える必要があるのではないかなど、微調整を加えさせていただきながら、これで、皆様と第8期活動を進めさせていただくという事をご了承いただくという事でよろしいですか？

ありがとうございます。ではこの内容で今後2年間皆様と一緒にとりまかせていただければと思います。

では、次に次第の3)の説明についてお願いします。

(事務局) 資料4の説明

第2回会議の日程 8月3日(火)を予定しております。

(委員長) 用意した案件は以上となりますが、その他委員の方や幹事の方から情報提供等ございますか。それでは、本日はお忙しい中ご出席いただきましてありがとうございます。次回は8月3日(火)となりますので、よろしくお願いいたします。